ज्ञानस्वरोदय

श्रीचरणदास कृत

दोहा-नमो नमो शुकदेवको, करूँ प्रणाम अनन्त।
तव प्रसाद स्वरभेदको, चरणदास बरणन्त ॥१॥
पुरुषोत्तम परमात्मा, पूरण बिस्वाबीस।
आदि पुरुष अविचलतुही, तोहिं नवाऊँशीस॥२॥
कुंडलिया-क्षरॐ सूं कहत हैं, अक्षर सोहं जान।
निहअक्षर श्वासा रहित, ताही को मन आन॥
ताही को मन आन, रातदिन सुरत लगावैं।
आपाआप विचार, और ना शीश नवावैं॥
चरणदास मत कहत हैं, अगम निगमकी सीख।
यही वचन ब्रह्मज्ञानको, मानो बिस्वाबीस ॥३॥
ॐतूं काया भई सोईं, सो मन होय।
निहअक्षर श्वासा भई, चरणदास मत जोय॥
चरणदास मतजोय, तैंह मनवा तहँ गावे।

क्षरअक्षरनिह अक्षर, एकै द्विविधा नारो ॥
जब दरशै एकही एक, वेष यह सबै तिहारो ।
डालपात फलफूल मूल, सो सभी निहारो ॥४॥

कुण्डलिया—श्वासासों सोहं भयो सोहं सों ॐ
कार । ॐ हूं ररौ भयो साधो करौ विचार । साधो
करौ विचार उलट अपने घर आवो । घट २
ब्रह्मअनूप लिमिट करि तहां समावो ॥ चारवेद
का भेद है गीताका है जीव । चरणदास लखि
आपको तो में तेरा पीव ॥५॥

दो०-सब योगनको योग है,सब ज्ञाननको ज्ञान।
सबै सिद्धको सिद्ध है,तत्व सुरनका ध्यान ॥६॥
ब्रह्मज्ञानको जाप है, अजपा सोहं साध ।
परमहंस कोई जानि है,ताको मतो अगाध॥७॥
भेदस्वरोदय साल है, समुझै श्वास उसाल ।
बुरी भली तामें लखै, पवन सुरत मन गास॥८॥
शुकदेव गुरु कृपाकरी, दियो स्वरोदय ज्ञान ।

सबसों यह जानी परी, लाभ होयकै हान ॥९॥
इड़ा पिंगला सुषमणा, नाड़ी तीन विचार।
दहिने बायें स्वरचलै, लखै धारनाधार ॥१०॥
पिंगल दहिने अङ्ग है, इड़ा सु बायें होय।
सुषमण इनके बीच है, जब स्वरचालैं दोय॥११॥
जब स्वर चालैं पिंगला, मध्य सूर्य तहँ बास।
इड़ासु बायें अङ्ग है, चन्द करत प्रकाश ॥१२॥
उदय अस्त तिनकी लखै, निरगस सुरगमसिद्ध।
पावैं तत्त्वशरणको; जब वह होवे सिद्ध ॥ १३ ॥
चरणदास सो शुक कहत, थिरचर स्वरपहिचान।
थिर कारजको चन्द्रमा, चरको भानुसुजान॥१४॥
कृष्णपक्ष जबहीं लगै, जाय मिला है भान।
शुक्लपक्ष है चन्द्रको, यह निश्चय करजान ॥१५॥
मङ्गल अरु इतवार दिन, और शनीचरलीन।
शुभकारजको मिलत है, सूरजके दिनतीन ॥१६॥
सोमवार शुक्कर भलो, दिनबेफ़ई को देख।

चंद्रयोग में सफल हैं, चरणदास कहशेख ॥१७॥
तिथि औवार विचारि कर, दहिनों बायों अङ्ग।
चरणदासस्वर जो मिलै, शुभकारजप्रसंग ॥१८॥
कृष्णपक्ष के आदि हीं, तीन तिथि लग भान।
फिरचन्दा फिर भानु है, फिर चन्दाफिरभान॥१९॥
शुक्लपक्ष के आदिही, तीन तिथि लग चन्द।
फिरसूरज फिरचन्द है, फिरसूरज फिरचन्द॥२०॥
सूरजकी तिथि में चले, ज्यों सूरज परकाश।
सुख देही को करतहै, लाहालाह हुलास॥२१॥
शुक्लपक्ष चन्दा चलै, परिवा लेइ निहार।
करत आनँदमंगल करै, देहीको सुखसार॥२२॥
शुक्लपक्ष तिथि में चले, जो परिवा को भान।
होइ कलेश पीड़ा कछू, कै दुख कैकछु हान॥२३॥
सूरज की तिथि में चलै, जो परिवाको चन्द।
कलह करै पीड़ा करै, हानताप के द्वन्द॥२४॥
ऊपर बायें सामने, स्वर बायें के संग।

जो पूंछे शशि योगमें, तीनों को परसंग ॥२५॥
नीचे पीछे दाहिने, स्वर सूरज को राज।
जोकोई पूछे आयकर, तो मनकी शुभकाज॥२६॥
दाहिनो स्वर जब चलत है, पूंछे बायें अंग।
शुक्लपक्ष नहिं वार है, तो निष्फल सरसंग॥२७।
जो कोई पूंछै आयकर, बैठ दाहिनी ओर।
चंदचलै सूरज नहीं, नहीं काज विधिकोर॥२८॥
जो सूरज में स्वर चलै, कहै दाहिने आय।
लग्नवार अरुतिथि मिलै, कह कारजहै जाय॥२९
जो चन्दा में स्वर चलै, बायें पूछै काज।
तिथिऔ अक्षरवार मिलि, शुभकारज को साज३०
सात पांच नौ तीन गिनि, पंद्रह और पचीस।
काज वचन अक्षर गिनै, भानुयोगको ईश॥३१॥
चार आठ द्वादशगिनै, चौदह सोलह मीत।
चंद्रयोग के संग है, चरणदास रणजीत॥३२॥
कर्क मेष तुला मकर, चारों चरती राश।

सूरजसे चारों मिलत, चर कारज परकाश ॥२३॥
मीन मिथुन कन्या कहीं, चौथी औ धन मीत।
द्विस्वभावको सुषमणा, मुरली सुन रण जीत॥२४॥
वृश्चिकसिंह वृषकुम्भयुत, बायें स्वर के संग।
चन्द्रयोग को मिलत है, थिर कारज परसंग॥२५॥
चित अपनो स्थिर करै, नासा आगे लैन।
श्वासा देखे दृष्टि सो, जब पावै स्वर चैन॥२६॥
पांचघड़ी पांचो चलै, फिर वा बारहे बार।
पांच तत्व चालै मिलै, स्वर बिच तेहि निहार॥२७॥
धरती और आकाश है, और तीसरी पौन।
पानी पावक पांच ये, करत श्वास में गौन॥२८॥
धरती तो सन्मुख चलै, औ पीरो रङ्ग देख।
बारह अंगुल श्वास में, सुरत निरत कर पेख॥२९॥
ऊपर को पावक चलै, लाल वरण है वेष।
चार सु अंगुल श्वास में, चरणदास औ रेख॥४०॥
नीचे को पानी चलै, श्वेत रङ्ग है तास।

सोलह अंगुल श्वास में चरण हास कह भास ॥ ४१ ॥

हरो रङ्ग है वायु को, तिरछा चालै सोय ।
आठहु अंगुल श्वास में, रहै नीत कर जोय ॥ ४२ ॥

स्वर दोनों पूरन चलै, बाहर ना परकाश ।
श्याम रङ्ग है तासु को, सोई तत्त्व आकाश ॥ ४३ ॥

जल पृथ्वी के योग में, जो कोई पूछै बात ।
शशि घर में जो स्वर चलै, कछु कारज है जात ॥

पावक और आकाश पुनि वायु कथी जो होय ।
जो कोइ पूछै आय कर, शुभ कारज नहिं होय ॥ ४५ ॥

जल पृथ्वी थिर काज को, चर कारज को नाहिं ।
अग्नि वायु चर काज को, दाहिने स्वर के माहिं ॥ ४६

रोगी को पूछै कोऊ बैठ चन्द्र की ओर ।
धरती बायें स्वर चलै, मरे, नहीं विधि कोर ॥ ४७ ॥

रोगी को परसङ्ग जो, बायें पूछै आन ।
चन्द्रबन्ध सूरज चलै, जीवे ना वह जान ॥ ४८ ॥

कहते स्वर सों आयकारि, सुने और जो जाय ।

जो पूंछै परसङ्ग वह रोगी ना ठहराय ॥ ४९ ॥
सुनै औरसों आयकरि, पूंछै वहते श्वास ।
वह निश्चय करि जानिए, रोगीका नहिं नास५०
सुनै और सों आय करि, पूंछै वहते पच्छ ।
जेते कारज जगत के, सफल होय या सच्च ५१॥
वहते स्वरपै आयकरि, जो पूंछै सुन और ।
जेते कारज जगतके, उलट होहिं विधिकोर ॥५२॥
कै वायां कै दाहिनो, जो कोइ पूरण होय ।
पूंछै पूरण औरही, कारज पूरण सोय ॥ ५३ ॥
वर्ष एकको फल कहै, तत्वहि जानै सोय ।
काल समय सोई लखै, बुरो भलो जगहोय ॥५४॥

चौ०—संक्रान्ति पुनिमेष विचारै । तादिन लगै सुघटी निहारै ॥ तवहीं स्वरमें करै विचार । चलै कौनसो तत्वनिहार ॥ जो वायें स्वर पृथ्वी होई । नीको तत्त्व कहावै सोई ॥ देश वृद्ध अरु समय बतावै । परजा सुखी मेह बरसावै ॥ चारा बहुत ठौर को उपजै । नर देही को अन बहु

उपजै ॥ जल जानैयों स्वरमाहीं । धरती फलै मेहवर्षाहीं ॥ आनंदमङ्गलसों जग रहै । आवै तत्व दरश करिवहै ॥ जल धरती दोनों शुभ भाई । चरणदास शुकदेव बताई ॥ तीनि तत्व का कहूं विचारा । स्वरमें जाका भेद निहारा ॥ लगै मेष संक्रांती तवहीं । लगती घड़ी विचारै जवहीं ॥ अग्नितत्व स्वरमें जव चालै । रोग दोषमें परजा हालै ॥ कालपडै थोड़ासा बरसै । देश भंग जा पावक दरसै ॥ वाततत्त्वचालै स्वर संगा । जगभयमान होय कछुदङ्गा ॥ अर्धकाल थोडासा वरसै । वायु तत्त्व जो स्वर में दरसै ॥ तत्त्व आकाश स्वरचालै दोई । मेह न वर्षै अन्न न होई ॥ कालपड़ै तृण उपजै नाहीं । तत्त्व अकाश होइ स्वर माहीं ॥

दो॰—चैत महीना मध्यमें, जवहीं परिवा होय । शुक्लपक्षतादिनलगै, प्रातसमय जो होय ॥५६ ॥

प्रातहिं परिवाको लखै, पृथ्वी होय सुजान।
होय समौ परजा सुखी, राजा सुखी निदान॥५७॥
नीरचलै जो चंद्रमें, यहां समय की नीत।
जल वर्षे परजा सुखी, संवत नीको मीत॥५८॥
पृथ्वी पानी समौ जो, बहै चन्द्र सुस्थान।
दहिने स्वर में जो बहै समौ मुखध्यमजान॥५९
भोरहि जो सुषमणचलै राज होय उत्पात।
देखनवालो बिनश है, और काल परनात॥६०॥
राज होय उत्पात पुनि, पड़ै काल विश्वास।
मेह नहीं परजा दुखी, जो होय तत्व आकाश॥६१
श्वासा में पावक चलै, पडै काल जब जान।
रोग होय परजा दुखी, घटै राज्यका मान॥६२॥
अवकलेश होइ देश में, विग्रह फैलै अन्त।
पड़ैकाल परजादुखी, चलैवायु का तन्त॥६३॥
संक्रायत औ चैत को, दोनों भेद लखाय।
जगतकाज अवकहतहूं, चंदसूर्य को न्याय॥६४॥

चौ०-विवाहदान तीरथ जो करैं। वस्तर भूषण घरपग धरैं। बायें स्वर में ये सब कीजै। पोथी पुस्तक जो लिख लीजै॥ योग अभ्यास अरुकीजै प्रीत। औषधवाडी कीजैमीत॥ दीक्षा मंतर बोवै नाज॥ चन्द्रयोगथिर बैठे राज॥ चंद्रयोगमें थिरपुनि जानो। थिर कारज सबही पहिचानो॥ करै हवेली छप्पर छापै। बाग बगीचा गुफा बनावै॥ हाकिम जाय कोटमें बैर। चंद्रयोग आसन पगधरै॥ चरनदास शुकदेव बतावै। चन्द्रयोग थिरकाज कहावै॥ ६५॥

दो०-बायें स्वर के काजये, सो मैं दियो बताय। दाहिने स्वर के कहतहूं, ज्ञानस्वरोदय माय॥ ६६॥

चौ०-जो खाडा करलियो चाहै। जाकर वैरी ऊपर वाहै॥ युद्धवाद रण जीते सोई। दहिने स्वर में चालै कोई॥ भोजन करै करै स्नाना। मैथुनकर्म भानु परधाना॥ वही लिखे

कीजै व्यवहारा। गज घोड़ा वाहन हथियारा॥ विद्या पढ़ै नई जो साधै। मन्त्र सिद्धि औ ध्यान अराधै॥ वैरी भवन गवन जो कीजै। अरु काहू को ऋण जो दीजै॥ ऋण काहूपै तू जो मांगे। विष अरु भूत उतारन लागे॥ चरणदास सुख देउ विचारी। ये चर कर्म भानु की नारी॥

दो०—चरकारज को भानु है, स्थिरकारज चन्द्र।
सुषुमणचलतनचाहिये, तहां होइकछुद्वन्द॥६८॥
गाँव परगनेखेत पुनि, इधर उधर में मीत।
सुपुमणचलत न चालिये, वरजतहै रणजीत६९
छिन वायें छिन दाहिने, सोई सुपुमण जानि।
ढील लगै कै नामिलै, कै कारजकी हानि॥७०॥
होय कलेश पीड़ा कछु जो कोई कहिजाय।
सुपुमणचलत न चालिये, दीन्होंतोहिंबताय७१
योगकरौ सुपुमण चलै, कै आतम का ध्यान।
और कार्यकोइकरै, तौ, कछु आवै हान॥७२॥

पूरब उत्तर मत चलौ, बायें स्वर परकाश।
हानिहोय बहुरै नहीं, आवनकी नहिं आश॥७३॥
दहिने चलत न चालिये, दक्षिणपश्चिम जानि।
जोरे जाय बहुरै नहीं, औ होवे कछु हानि॥७४॥
दहिने स्वर में जाय के, पूरब उत्तर राज।
शुभसम्पति आनँदकरै, सभीहोयशुभकाज॥७५॥
बायें स्वर में जाइये दक्षिण पश्चिम देश।
सुख आनँद मंगल करै, जोरे जाय प्रदेश॥७६
दहिने सेती आयकर, बायें पूछै कोय॥
जो बायें स्वर बन्द है, सफल काज नहिंहोय७७
बायें सेती आयकर, दहिने पूछै धाय॥
जो दहिनोस्वरबन्द है, कारज अफलबताय॥७८
जब स्वर भीतर को चलै, कारज पूछै कोय॥
पैजबांध बांसों कहो, मनसा पूरण होय॥७९॥
जब स्वर बाहर को चलै, तब कोइ पूछै तोर।
वाको ऐसे भाषिये, नहिं कारज विधि कोर८०॥

सोई कारज सोइये, जल बायें स्वर पीव।
दहिने स्वर भोजन करे, तौ सुखपावै जीव॥८१॥
बायें स्वर भोजन करै, दहिने पीवै नीर।
दशदिन भूलो यों करै, पावै रोग शरीर॥८२॥
दहिने स्वर झाड़े फिरै, बायें लघुशङ्काय।
युगतो ऐसी साधिये, दीनो भेद बताय॥८३॥
चन्द्र चलावै दिवस को, रात चलावै सूर।
नित साधन ऐसे करै, होय उमर भरपूर॥८४॥
जितनाही बायों चलै, सोई दहिनो होय।
दश श्वासासुषमण चलै, ताहि विचारो सोय॥८५॥
आठपहर दहिनो चलै, बदले नहीं जो पौन।
तीनवर्ष काया रहै, जीव करै फिर गौन॥८६॥
सोलहपहर चलै जभी, श्वास पिङ्गला माहिं।
युगल वर्ष काया रहै, पीछे रहती नाहिं॥८७॥
तीन रात्रि अरु तीन दिन, चलै दाहिनीश्वास।
संवत भर काया रहै, पीछे होय विनाश॥८८॥

सोलह दिन निशिदिन चलै,श्वास भानकीओर
आय जान इक मासकी,जीव जाय तनुछोर८९॥
नौ भृकुटी सबै श्रवण, पांचतारका जान॥
नासा जिह्वा एकसों, कालभेद पहिचान॥९०॥
भेद गुरुसों पाइए, गुरु बिन लहहिं न ज्ञान।
चरणदास यों कहत हैं, गुरुपर वारूं प्रान९१॥
एक मास जो रैन दिन, भानु दाहिनो होय।
चरणदास यों कहतहैं नर जीवैदिन दोय॥९२॥
नाड़ी जो सुषुम्ण चलै, पांच घड़ी ठहराय।
पांच घड़ी सुषुम्ण वहै, तबही नर मरजाय९३॥
नहीं चंद नाहिं सूर है, नहीं सुषुम्णा बाल।
मुख सेती श्वासा चले, घड़ी चार में काल९४
चार दिना के आठ दिन, बारह के दिन बीस।
ऐसे जब चंदा चलै, आयु जान वह ईश॥९५॥
तीन रातऔ तीन दिन, चालै तत्त्व आकाश।
एक वर्ष काया रहै, फेरि काल विश्वास॥९६॥
दिन को तो चन्दा चलै, चलै रात को सूर।

यह निश्चयकरि जानिये, प्राणगवनव्हुदूर॥९७॥
राति चलै स्वर चन्द्र में, दिनको सूरजवाल ।
एक महीना यों चले, छटे महीना काल ॥९८॥
जब साधू ऐसी लखे, छठे महीना काल ।
आगेही साधन करै, बैठ गुफा तत्काल ॥९९॥
ऊपर खैंचि अपान को, प्रान अपान मिलाय ।
उत्तम करै समाधिको, ताको काल न खाय १००
पवन पिये ज्वाला पचै, नाभितले करराह ।
मेरुदण्डको फोरिकै, बसै अमरपुर माह ॥ १०१ ॥
जहां काल पहुँचे नहीं, यमकी होय न त्रास ।
गगनमंडलको जायकर, करै उनमनीवास १०२
जहाँ काल नहिं ज्वाल है, छुटे सकल संताप ।
होय उन मनी लीन मन, बिसरै आपाआप१०३
तीनों बंध लगाय के, या बांये को साध ।
योग सुषुमणाह्वैचलै, देखै खेल अगाध ।१०४॥
शक्तिजाय शिवसों मिलै, जहां होय मनलीन ।

महाविचरी जो लगे. जान जान प्रवीन॥१०५॥
आसन पद्म लगाय कर, मूलबन्धन को बाँध।
मेरुदण्ड सीधो करै, सुरत गगन को साध॥१०६
चन्द्र सूर्य दोउ सम करै, ठोढी हिय लगाय।
षट्चक्र को वेधकर, शून्यशिखर को जाय॥१०७॥
इडा पिंगला साध कर, सुषमण में कर वास।
परमज्योति झिलमिल तहाँ पूजे मन विश्राम १०८
त्रिग साधन आगे करी तामो सब कछु होय।
जब चाहे तबही करे, काल बचावे सोय॥१०९।
तरुण अवस्था योग कर, बैठ रहे मन जीत।
काल बचावे साधकइ, अन्तसमय रण जीत॥११०॥
सदा ओघ में लीन रहु, करि योगा अभ्यास।
आवन इव काल जब गगनमँडल करवास॥१११
शनई शनई साधकर, राखे प्राण बढाय।
एसे योगी जानिये, ताको काल न खाय॥११२॥
पहिले साधन या क्रिया, गगनमँडल को जान।

आवत जानैं कालजब, कहा करै अज्ञान॥११३॥
योग ध्यान कीन्हीं नहीं, ज्वान अवस्था मीत।
आगम देखै कालको, कहासकै वह जीत॥११४॥
कालजीति हरिसों मिलै, शून्यमहल अस्थान।
आगे जिनसाधन करी, अरुण अवस्थाजान ११५
काल अवधि बीतै जबै, तबै जानि वह जान।
योगीप्राण उतारिये, लेहिहमाधिजगाय॥११६॥
कालजीति जगमें रहैं, मौत न व्यापै ताहि।
दशौं द्वारको फोरकर, जबचाहै तबजाय॥११७॥
सूरजमण्डल चीरके, योगी त्यागै प्राण।
सायुज्यमुक्ति सोंईलहै, पावै पद निर्वाण॥११८॥
कृष्णपक्ष के मध्यमें, दक्षिण होंयँ जो भान।
योगी वपु नहिंछोंडिहैं, राजाहोयकिआन॥११९॥
राज्यपाय हरिभक्ति कर, पूरवली पहिचान।
योग युक्तिपावैबहुरि, दूसरि मुक्ति निदान॥१२०॥
सूर्य उत्तरायन लखै, शुक्लपक्ष के माहिं।

योगी काया त्यागिये यामें संशय नाहिं॥११९॥
मुक्त होय बहुरे नहीं, जीव खोज मिटि जाय।
बुंद समन्दर मिलरहे, दुनिया ना ठहराय॥१२२॥
सूर्य दक्षिणायन विषे, रहे मास षट्जान।
फिर उत्तरायन जीतकर, रहे मासषट् मान॥१२३॥
दोनों स्वरको शुद्धकर, श्वासा में मन राख।
भेद स्वरोदय पायकर, तब काहूसों भाष॥१२४॥
जो रण ऊपर जाइये, दहिने स्वर परकाश।
जीत होय हारे नहीं, करै शत्रुको नाश॥१२५॥
दुर्जन को स्वर दाहिनो, तेरो दहिनो होय।
जो कोई पहिले चढ़ै, खेत जीतिहै सोय॥१२६॥
सुषुम्ण चलत न चालिये, शुद्धकरन सुनमीत।
शीश कटावै की फँसे, दुर्जन होई जीत॥१२७॥
जो बाँये पृथिवी चलै, चढ़ि आवे कोइ भूप।
आप बैठि ढँढ़पेखिये, बात कहतहूँ गूप॥१२८॥
जल पृथिवी स्वरमें चलै, सुनो कानदे वीर।

सफलकाज दोनों करैं, कै धरती कै नीर ॥१२९॥
पावक और अकाश वा, वायुतत्व जो होहि ।
कछु कारज नहिं कीजिये, इनमें बरजूं तोहि ॥१३०॥
दहिनो स्वर जब चलतहै, कहीं जाय जो कोय ।
तीनपांव आगे धरै, सूरजको दिन होय ॥१३१॥
बांये स्वर में जाइये. बांये परघर चार ।
बांये पग पहिले धरै, होय चन्द्रको वार ॥१३२॥
दहिने स्वरमें जाइये, दहिनो डगभर तीन ।
बांये स्वरमें चारडग, बांयेकर परवीन ॥१३३॥
गर्भवती के गर्भको, जो कोइ पूछे आय ।
बालक ह्वैहै बालको, जीवै कै मरजाय ॥१३४॥
कन्या बालक होनको, जो कोइ पूछै तोय ।
बायें कहिये छोकरी, दहिने बेटा होय ॥१३५॥
दहिने स्वरके चलत ही, जो वह पूछे आय ।
वाको बांयो स्वरचलै, बालक है मरजाय ॥१३६॥

दाहिने स्वरके चलत ही, जो वह पूछै बैन।
वाहूको दाहिने चलै, लड़का है सुख चैन ॥१३७॥
बांये स्वरके चलत ही, आय कहै जो कोय।
बेटी है जीवै नहीं, वाको दाहिनो होय ॥१३८॥
बांये स्वरके चलत ही, जो वह पूछै बात।
वाहूको बांयो चलै, बेटी है कुशलात ॥ १३९ ।
तत्व व्योमके चलत ही प्रश्न गर्भकी आय।
होय नपुंसक हीजड़ा, के सतवासों जाय ॥१४०॥
लेन परीक्षा गर्भकी, जो वह पूंछै आय।
अच्छा होय जो तासमय, ओछाही गिरिजाय १४१
क्षण बांये क्षण दाहिने, दो स्वर सुषुमण होय।
पूंछनवालेसों कहो, बालक उपजै दोय ॥ १४२॥
वायुतत्वके चलत ही, जो कोइ पूंछे आय।
क्षयहोवे बाढ़ैनहीं, पेट मांहि बिलाय ॥१४३।
जो कोई पूंछै आयकर, वाको गर्भ कि नाहिं।
दाहिनो बायों स्वरचले, साधरवांस के माहिं १४४

बंध और जो आयकरि, ह्वै पूंछै जो कोइ।
बंध ओरतो गर्भ है, वहते स्वर नहिं होइ॥१४५

इड़ा पिंगला सुषमणा, नाड़ी कहिये तीन।
सूरज चन्द्र विचारकै, रहै श्वास लवलीन॥१४६॥

जैसे कछुआ सिमटकर, आपी माहि समाय।
तैसे ज्ञानी श्वासमें, रहै सुरत लवलाय॥१४७॥

श्वास बनावै कोइको, आयु जान नरलोय।
बीतजाय श्वाससबै तबहिं मृतक नरहोय॥१४८॥

इक्कीस हजार छासौ चलै, रात दिनाजो श्वास।
बीसासां जीवै बरस, होय अग्निको नास।१४९॥

अकाल मृत्यु कोई मरै, ह्वैकर भुगते भूत।
श्वासाजहां बीतैसभी, तबआवै यमदूत॥१५०॥

चारों संयम साधकर, श्वासा युक्ति चलायु।
अकालमृत्यु आवैनहीं, जीवे पूरी आयु॥१५१॥

सूक्ष्म भोजन कीजिये, रहिये ना पड़सोय।
जलथोरोसो पीजिये, बहुतबोल मतखोय॥१५२

कुंड०—मोक्षमुक्ति तुमचहतहो, तजो कामनाकाम
मन इच्छाको मेटकर, भजो निरंजन नाम ॥
भजो निरंजन नाम, देह अभ्यास मिटावै ।
पंचनके तजस्वादु, आपमें आप समावै ॥
जब छूटै झूठी देह जैसे के तैसे रहिया ।
चरणदासयहमुक्ति गुरूने हमसों कहिया॥१५३॥
दो०—देह मरे तू है अमर, पारब्रह्म है सोय ।
अज्ञानी भटकतफिरत, लखै सोज्ञानी होय१५४॥
देह नहीं तू ब्रह्म है, अविनाशी निर्वान ।
नित न्यारो तू देह सों, कर्म देह सब जान१५५॥
डोलन बोलन सो बना, भक्षण कर आहार ।
सुखदुख मैथुन रोग सब, गरमी शीत निहार१५६॥
जाति वर्ण कुलदेह की, मूरत सूरत नाव ।
उपजै बिनशै देहसों, पांचतत्व को गांव ॥१५७॥
पावक पानी वायु है धरती और आकाश ।
पञ्चतत्वके कोट में, आय कियो तैं वास ॥१५८॥

पांच पचीसों देह सङ्ग, गुण तीनों हैं सात।
पट उपाधि से जानिये, करतरहुत उतपात॥५९॥
जिह्वा इन्द्री नीर की, नभ की इन्द्री कान।
नासा इन्द्री धरन की, करिविचार पहिचान॥६०॥
त्वचा सो इन्द्री वायु की, पावक इन्द्री नैन।
इनको साधै साधनो, पद पावैं सुख चैन॥६१॥
नींद जँभाई आलकस, भूँख प्यास जब होय।
चरणदास पांचों कहीं, अग्नितत्व सो जोय॥६२॥
रक्त पित्त कफ तीसरो, बिन्द पसीनों जान।
चरणदास परकीर्तिय, पानी सो पहिचान॥६३॥
चाम हाड़ नाड़ी कहूँ, रोम जाम औ मास।
पृथिवी की परकीर्त्ति ये, अन्त सबनको नास॥
वल करना, अरु धावना, परसारन सङ्कोच।
देह वढ़ै सो जानिए, वायुतत्व है शोच॥६५॥
काम क्रोध मद लोभ अरु, मोह कहत हैं लोग।
नभकी पांचोंजानिए, नित न्यारा तू योग॥६६॥

पांच पचीसों एकही, इनके सकल स्वभाव।
निर विकार तू ब्रह्म है, आप आपको पाव१६७
निराकार निर्लिप्त तू, देही जान अकार।
आपनि देही मानमत, यही ज्ञान ततसार१६८॥
मस्तक छेद सकै नहीं, पावक सकै न जार।
मरै मिटैसो तू नहीं, गुरु गम भेद निहार१६९॥
जलै कटै काया यही, बनै मिटै फिर होय॥
जिव अविनाशी नित्य है,जाने विरला कोय१७०
आंख नाक जिह्वा कहूं, त्वचा जान अरुकान।
पांचों इन्द्रिय ज्ञान हैं, जानै जान सुजान१७१
गुदा लिंग मुख तीसरो, हाथ पांव लखि लेहु।
पांचों इन्द्रिय कर्म हैं, यहभी कहिये देह॥१७२॥
पृथ्वी कालमें ठौर है, मुखै जानिये द्वार।
पित्ते में पावक रहै, नयन जानिये द्वार।
लाल रंगहै अग्निको, लोभ मोह अहार॥१७४॥

जलको वासा भाल है, लिंग जानिये द्वार ।
मैथुन कर्म अहार है, धौलो रंग निहार ॥१७५॥
पवन नाभि में रहत है, नासा जानु जुहार ।
हरयो रंग है वायुको, गन्ध सुगन्ध अहार १७६
आकाश शीशमें वास है, शरवन द्वारो जान ।
शब्दकुशब्दअहारहै, ताहिश्यामपहिचान १७७॥
कारण सूक्षम लिंग है, अरु कहियत अस्थूल ।
शरीर चारसों जानिये, मैं मेरी जड़मूल॥१७८॥
चित बुद्धिमन अहंकारजो, अन्तःकरण सुचार ।
ज्ञान अग्निसोंजारिये, करकरपोतविचार १७९॥
शब्दस्पर्शऽरु गन्ध है, अरु कहिये रस रूप ।
देह कर्म तनु मात्रा, तू कहियत निहरूप॥१८०
निराकार सो है अचल, निरवासी तू जीव ।
निरालम्ब निरबैरसों, अजअविनाशीजीव१८१॥
बांये कोठा अग्निको, दहिने जल परकाश ।
मनहिरदय अस्थान है पवन नाभिमेंवास१८२॥

मूल कमलदल चारको, लाल पंखुरी रंग।
गौरिसुतवासा कियो, छसोजाप इकंग॥१८३॥
पीतवर्ण षट्दल कमल, नाभी तले सँभाल।
षट्सहस्रजप जापिले, ब्रह्मसवित्रीनाल॥१८४॥
दशपँखुरी को कमल है, नीलवर्ण सो नाम।
विष्णुलक्ष्मीवासा किया, षष्ठसहस्सर याम१८५
अनहद चक्र हृदय रहै, द्वादश दल अरु श्वेत।
षट्सहस्र जपजापिलै, सो शिवसक्जहँ देत१८६।
षोडश दल को कमल है, कण्ठवास शशिरूप।
जाप सहस्सर जहँ जपै, भेद लहै अतिगूप॥१८७
अग्निचक्र दो दल कमल, त्रिकुटीधाम अनूप।
जाप सहस्सर जहँजपै, पावैज्योति स्वरूप१८८॥
दलहजार को कमल है, गगनमँडलमेँ वास।
जापसहस्सर जहँ जपै, तेज पुंज परकाश १८९॥
योग युक्तिकर खोजले, सुरति निरत करचीन।
दशप्रकार अनहद बजै होय जहाँ लवलीन१९०

कुं० - एक भंवर गुञ्जारसी द्वितिय शंखध्वनि होय।
तीजे शब्द मृदंगका चौथे ताल है सोय॥
चौथे ताल है सोय पांचवें घंटा बाजै।
छठे सुमुरली नाद सातवें भेरि जु गाजै।
अठवें बाजै दुन्दुभी सिंह गर्जना नौ लो।
दशवें बाजै घूघरू, चरणदास सुनलो॥ १६१॥

दो० — दश प्रकार अनहद घुरै, जित योगी है लीन।
इन्द्रिय थकैं मनवा थकै, चरणदास कहि दीन १९२

तीन पाँच नौ नाड़िका, दश बाई को जान।
प्राण अपान समान है अरु कहियत उदान १९३

व्यान बायु अरु किरकिरा, कूरम बाई जीत।
नाग धनंजय देवदत्त दश बाई रणजीत १९४॥

नवौ द्वार को बन्द कर, उत्तम नाड़ी तीन।
इड़ा पिंगला सुषुम्णा, शोध करै परवीन॥ १९५

करते प्राणायाम के, तरिगे पतित अनेक।
अनहद ध्यानके बीच में देखैं शब्द अलेख १९६

पूरक कर कुम्भक करै, रेचक पवन उतार।
ऐसे प्राणायाम कर, सूक्ष्म करै अहार ॥१९७॥
धाती बन्द लगाय कर, इयों वायु को रोक।
मस्तक प्राण चढ़ायकर, करै अमरपुर भोग ॥१९८॥
पाँचों मुद्रा साधके, पावै घटको भेद।
कोड़ी शक्ति चढ़ायके, षट्चक्कर को छेद ॥१९९॥
योग युक्ति के कीजिये, कै अजपाको ध्यान।
आपा आप विचारिये, परमतत्त्वको ज्ञान ॥२००॥
शूद्र वैश्य शरीर है, ब्राह्मण औ रजपूत।
बूढ़ा बाला तू नहीं, चरणदास अवधूत ॥२०१॥
काया माया जानिये, जीव ब्रह्म है मित्त।
काया छुटे सूरत मिटे, तू परमातम नित्त ॥२०२॥
पाप पुण्य आशा तजो, मान और लो थाप।
कायामोहविकार तजि, जपतू अजपाजाप ॥२०३॥
आपभुलानो आपमें, बँध्यो आपही आप।
जाको ढूंढत फिरत है, सो तू आपी आप ॥२०४॥

इच्छादुई विसारि करि, क्यों न होय निर्वाण ।
तू तो जीवनमुक्त है, तजौ मुक्तिकी आस २०५
पवन भई आकाशसों, अग्निवायुसों होय ।
पावक सों पानी भयो, पानी धरती सोय॥२०६
धरती मिटते स्वाद है, खारी स्वादसों नीर ।
अगितचरफरा स्वादहै, खहो स्वादसमीर॥२०७॥
खट्टा मीठा चरफरा, खारा पर भन होय ।
जबहीं तत्व विचारिये पांचतत्व में कोय ॥२०८॥
स्वाद पान औरंग है, और बताई चाल ।
पांचतत्वकी परखयह, साधुराव तत्काल॥२०९॥
तिरकोनो पावक चलै, धरती तो चौकोर ।
शून्यस्वभाव अकाशको पानी लंबोगोल ॥२१०
अग्नितत्व गुणतामसी, कहीं रजोगुणवाय ।
पृथ्वीनीर सतोगुणी नामहै अस्थिर भाय २११
नीर चले जब श्वासमें, रणऊपर चढ़ मीत ।
वैरीको शिरकाटिकीर, घरआवै रणजीत॥२१२॥

पृथ्वी के परकाश में युद्धकरै जो कोइ।
दोउदलरहैं बर बरी, हारि वासमें होय ॥२१३॥
अग्नितत्त्वके बहतही युद्ध करन मतजाव।
हारिहोय जीतैनहीं अरु आवै तनघाव॥२१४॥
तत्त्व आकाशहि जो चलै तौ वाहीं रहिजाय।
रणमाही काया छुटै घरनहिं देखैआय ॥२१५॥
जल पृथ्वीके योग में गर्भ रहै सो पूत।
वायुतत्त्व में छोकडी आवर सुत कुपूत ॥२१६॥
पृथ्वी तत्त्व में गर्भ जो बालक होवे भूप।
धनवन्ता सोइ जानिये सुंदर होयस्वरूप॥२१७॥
अग्नितत्त्व जब चलत है कभी गर्भ रहिजाय।
गर्भ गिरै माता दुखी, हो माता मरजाय ॥२१८॥
वायुतत्त्व स्वर दाहिने, करै पुरुष जब भोग।
गर्भ रहै जो ता समय देही आवे रोग ॥२१९॥
अनास संयम साधकर दृष्टिश्वासके माहिं।
तत्त्व भेद यों पाइये, बिन साधे कछुनाहिं॥२२०॥

आसन पद्म लगायँकै, एकवर्ष नितसाध ।
बैठे लेटे डोलते, श्वासा ही आराध ॥२२१॥
नाभिनासिका माहिंकर, सोहं सोहं जाप ।
सोहं अजपा जाप है, छुटे पुण्य और पाप २२२
भेद स्वरोदय बहुत है, सूक्षम कह्यो बनाय ।
ताको समझ विचार ले अपनो चित मनलाय ॥
धरणि टरै गिरिवर टरै ध्रुव टरै सुन मीत ।
वचन स्वरोदय ना टरै मुरलीसुत रणजीत २२४
शुकदेव गुरुकी दयासों साधु दयासों जान ।
चरणदास रणजीतने कह्या स्वरोदय ज्ञान २२५

छप्पय--डहरे में ममजन्म नाम रणजीत बखानो ।
मुरली को सुतजान जात दूसर पहिचानो ॥
बाल अवस्थमाहिं वहुरि दिल्लीमें आयो ।
रमत मिले शुकदेव नाम चरणदास धरायो ॥
योग युक्ति हरिभक्ति करि ब्रह्मज्ञान दृढ़ करगह्यो ।
आतमतत्व विचारि के अजपा में सनि मनरह्यो ॥

इति श्रीज्ञानस्वरोदय चरणदासकृत सम्पूर्णम् ।